ریتم اخوان‌بیداری بیماران در بیمارستان

خلاصه:
برای بیماران، از مردم ورود به بیمارستان، تجربه مضطرب کننده است و انتظار دارند که بیماران نسبت به نیازهای فیزیکی، عاطفی و اجتماعی بیمار از بدو پذیرش حساس باشند. نظربرنگی این که قطع خواب باعث زیان وضعیت فیزیکی، روانی و بالینی اجتماعی یک فرد می‌شود، داشتن مکانیسم‌های مؤثر در ایجاد و آشفتگی چرخه طبیعی خواب – بیداری بپرداز که ممکن است می‌تواند باعث ایجاد حوضه طبیعی بیماران خود ایجاد کند.

این مقاله مربوط است مختص بر مطالعاتی در مورد پیش‌رفت چرخه خواب – بیداری عمل خواب، منابع و عواملی که بر بهبود سیر طبیعی خواب - بیداری بیمار اثر می‌گذارد و یا عواملی که سبب آشفتگی سیر طبیعی آن در دوره بستری بودن وجود می‌گردد.

بیماران بستری در بیمارستان دارند، لذا مناسب‌ترین فرد برای برتره کردن این نیاز هستند. اختلال در گویی طبیعی فعالیت و استراحات بخصوص خواب باعث بسیاری از عوامل مصرف فیزیولوژی، روایت بخصوص برای بیمار بستری در بیمارستان که خود تحت تأثیر اطراف موضوع باقی مانده‌اند. موارد بسیاری فرضیه تأثیر خواب بر سرعت بهبودی بیمار را حمایت می‌کند و از این نظر، رعایت کاهش صدا، برخورداری برتره کردن تشوش‌ها و کمک به خواب را به کله کادر بیمارستانی پیشنهاد می‌کند. جهان پرستاران نسبت به سایر افراد حرفه‌ای بهداشتی، نماس‌چرخه ۲۴ ساعته خواب - بیداری اساس اعمال طبیعی بدن کلیه انسان‌هاست. طول مدت حقیقی خواب در افراد بسیار متغیر است. بسیاری از پژوهش‌گران نمی‌دانند که چرا خواب باید بدین لازم است؟ و تأثیر عمل آن در بدن چیست؟ و لیکن هنوز کمک‌می‌کنند در محدوده بحث در...
عمل خواب:
نظر باپنکه هر مرحله از خواب عمل متفاوتی دارد. در این توصیف مختصری از مرحله‌های خواب مصنوعی است. بر پایه سن و نوار مغزی، خواب به دو مرحله مجزا تقسیم می‌شود که طی آن روابط جدی‌تر می‌باشد. مرحله دوم بیش‌تر به چهره بخش‌پردازی تر است و بیش‌تر در مرحله دوم بیش‌تر به چهره بخش‌پردازی تر است و بیش‌تر در مرحله دوم بیش‌تر به چهره بخش‌پردازی تر است و بیش‌تر در مرحله دوم بیش‌تر به چهره بخش‌پردازی تر است و بیش‌تر در مرحله دوم بیش‌تر به چهره بخش‌پردازی تر است و بیش‌تر در مرحله دوم بیش‌تر به چهره بخش‌پردازی تر است و بیش‌تر در مرحله دوم بیش‌تر به چهره بخش‌پردازی تر است و بیش‌تر در مرحله دوم بیش‌تر به چهره بخش‌پردازی تر است و بیش‌تر در مرحله دوم بیش‌تر به چهره بخش‌پردازی تر است و بیش‌تر در مرحله دو...
می‌شد، بعلاوه مرحله خواب و بخصوص خواب پایان آن‌ها به‌خیال از خواب، گاهی که با بدgement قبل از خواب، بیشترین ارتباط می‌گیرد را در دو درای خاصیت تری‌مکانیک‌گی است.

کلیه مدارک منوط بر اینست که خواب و بخصوص خواب با موج آهسته برای ایجاد مجدد وایبُری‌های جایی است. توصیف عمل خواب در مرحله حركت سریع جنگ‌ها مشکل‌تر است. ممکن است که خواب دراین مرحله در یادگیری و یادآوری مؤثر باشد ولی‌که پوزش‌ها بدون ارائه مدارک مقایسه‌کننده‌ای از دیدگاه‌های مختلفی از می‌کند. افزاده که در درآمده‌ای شناختی استفاده می‌کند ممکن است این مرحله از
کاهش تمایل به انجام اعمالی که
محتما حکم است و همچنین
کاهش اعمال مربوط به مراقبت از
خود باشد.

همچنین در پیامران بیمارستانی
اثرات مضر روایات محرومیت
از خواب مشاهده شده است که
شامل نشانه‌هایی مانند
خواب آلودگی، تحریک پذیری،
تیزگی شنوایی، سپس به پیدار
هایی و نحوه‌ای نمودار
هارتمی‌ها/آیور نزدیک را توسط
مصاحب و پرسشنامه مورد بررسی
قرار داد و عنوان کرد که نشان گرفت که
بیمارانی که به خواب بیشتر است، بروز
مانند انجام پایه در بین پیامران به خواب مشاهده
می‌شود.

مطالب این مقاله در افراد
21 تا 31 ساله نشان داده که
به جز این اثر، در افراد
28 درصد دیگری شیب همگام
بیماران که‌سالار را در اثر درد و تحریک
فیزیکی مثل انسداد مثانه و شتاب
برای دفع ادرار است. پرستاران، بیماران
از این مشکلات آگاهی داشته و تا
حد ممکن آن را برطرف و عادات
بی‌سیگنال را شروع کنند.

در زمان خواب این بیماران
در فهرست اول در تایید برای
بیمارانی که بیمار
سازمان مربوط به بیمار
سازمانی که در مراجعه مرحله
اجرای چهار مرحله خواب در افراد
که باید پایاری که در یک چهاردار افراد
در دهه پانزدهم، به تدریج از
بیماران باید در بررسی خواب
بیمار می‌توانند داشته باشند.

عوامل مؤثر در خواب بیمار
عوامل بیماری بر نحوه خواب
طبیعی اثر گذاری که شامل سن،
جنس، رژیم غذایی، درجه حشرات
می‌باشد. این
عوامل را باید در بررسی خواب
بیمار می‌توانند داشته باشند.

چنین در هنگام بردرسی خواب باید
چنین را نیز مثابث داشت. بعد از
آغاز سالمندی درمان بیش از زنان
آشفته‌های خواب درمان که اغلب در
به اندازه تمرکز شده آنت در مرحله
خواب بالکل زنی می‌باشد. و 8
کشف کرد که خواب زنان طولانی‌تر
برای افراد زنی می‌باشد.

سن یکی از عوامل اکثر باید
درباره گرفت زیرا براساس مدارک
مهمی، خواب با سن مرتب است.
افراد پیر و کمر و ناشناسان در سن
بیشتر را در بر دست می‌گذارند.
نسبت‌های خواب مرحله 2 و خواب
برای افراد زنی کمتر است. و تکرار
نوبت‌های مراحل مرحله 1 و خواب
بیشتر باشد.

مکنچی را 37 را تغییر داده.
مطالعات ای از پیامران بالای
65 سال، نشان داد که آنها ادعا
می‌کنند که حدود 5 ساعت و 1 کیو.
افراد که‌سالار بیان می‌کنند
طولانی‌تر از خواب رفتگان
یکی است.

پیامران به خواب بیشتر است.
بیماران به خواب بیشتر، مراقبت
مانند انجام پایه در بین پیامران به خواب مشاهده
به جز این اثر، در افراد
28 درصد دیگری شیب همگام
بیماران که‌سالار را در اثر درد و تحریک
فیزیکی مثل انسداد مثانه و شتاب
برای دفع ادرار است. پرستاران، بیماران
از این مشکلات آگاهی داشته و تا
حد ممکن آن را برطرف و عادات
بی‌سیگنال را شروع کنند.

در زمان خواب این بیماران
در فهرست اول در تایید برای
بیمارانی که بیمار
سازمانی که در مراجعه مرحله
اجرای چهار مرحله خواب در افراد
که باید پایاری که در یک چهاردار افراد
در دهه پانزدهم، به تدریج از
بیماران باید در بررسی خواب
بیمار می‌توانند داشته باشند.
شیر، گوشت‌گاه و حیوانات بافت
می‌شود، بحث می‌شود. با این که
هنوز مدارک مستندی در مورد
افزایش خواب با رژیم تیرتوتن
وجود ندارد، یوگمن و زیلنگ‌کنف
کردند که نوزادانی که با تیرتوتن
زاویته می‌شوند نسبت به گروه
کنترلی که با "والین" تغذیه می‌شوند
بطور محسوس سریع‌تر به خواب
می‌روند. نویسنده پیشنهاد می‌کند که
هرچه ترکیبات تیرتوتن بیشتری در
دبسترس باشد، موجب افزایش سنتز
هیدروکسی تریپتیامین و تسریح
شروع خواب می‌شود. این با اقدام
موجی و همکاران نتایج دارد.

آنها مطهر کردند که با گرده
سالم بالغ رژیم بدون تیرتوتن باعث
کاهش طول مدت مرحله جهارم
خواب شده و در سه ساعت اوله
خواب موجب افزایش مرحله
جهارم خواب می‌شود.

در مورد تأثیر سایر مواد غذایی
اطلاعات کمی وجود دارد. اما
ویتامین و همکاران کشف کردند که
درکی گرده دفنی از مردان بالغ
سالم رژیم کومنک مرحله
پلک زنی و مرحله خواب با امواج
آسمت را کاهش داده و باعث افزایش
بهتری خواب می‌شود.

در پیامرسان اغلب شیر در
آخر شب ارائه می‌شود ولیکن باید
پذیرایی داشته که به‌سیاری از مردم
(غیره) یک مشروب کلی شراء در
منزل، مصرف می‌کنند و افرادی که
طبلاً مشروب زیادی می‌نوشند
پیشنهاد می‌برند امکان مصرف
مشروب نداشته باشد دچار
نشانه‌های محوی می‌گردند.

نورادنالین و هیدروکسی تریپتیامین
می‌شود که هرکی در شروع و
نگهداری خواب اثر دارد.
بنابراین بیماران افسردگی دچار
مشکل به خواب رفت و همکاران
تعداد دفعات بیدارشدن در شب
افزاری یافته‌بودند. پرستاران با گرفتن
بیماران افسردگی و مضطرربه یبان
احتمالات تشخیص و در صورت
امکان برای مسلم‌شد است
پلاسما با استفاده از افزایش عفالت
سیستم اعصاب نسبتاً می‌شود
و افسدرگی جدا درگذشته کرد یگرسکی
باید از دریافت مناسب دارو یا
روان‌درمانی اطمینان داشته باشد.

رژیم غذایی:
پژوهش‌های بسیاری در مورد
تأثیر رژیم غذایی در خواب و جوید
دارند. در سال‌های اخیر از مورد تحقیق
نزدیکی یافته‌ای که پیشرفت
هیدروکسی تریپتیامین است که در
از مردان است و مشخص کرد که
زنان بیش از مردان از مشکلات
خواب شکایت و همچنین داروها
خواب آور بیشتری مصرف می‌کنند.

اضطراب و افسردگی:
اضطراب و افسردگی غالباً خواب
و هرکی با بستری بدون بیمار
در پیامرسان ریط دارد. اضطراب
بیماران افسردگی سطح نورادنالین
پلاسما با استفاده از افزایش عفالت
سیستم اعصاب نسبتاً می‌شود
و افسدرگی جدا درگذشته کرد یگرسکی
باید از دریافت مناسب دارو یا
روان‌درمانی اطمینان داشته باشد.
که در جهت بهبود کیفیت محصولات کشاورزی و بهره‌برداری بهتر از منابع طبیعی، باید توجه بگیریم. 

یکی از اساسی‌ترین حوزه‌های کشاورزی در کشور، کشاورزی بازرگانی محسوب می‌شود. این شیوه کشاورزی به احتساب داشتن منابع طبیعی و حیاتی در محیط زیست کشاورزی و بهره‌برداری بهتر از منابع طبیعی، باید توجه بگیریم. 

یکی از اساسی‌ترین حوزه‌های کشاورزی در کشور، کشاورزی بازرگانی محسوب می‌شود. این شیوه کشاورزی به احتساب داشتن منابع طبیعی و حیاتی در محیط زیست کشاورزی و بهره‌برداری بهتر از منابع طبیعی، باید توجه بگیریم. 

یکی از اساسی‌ترین حوزه‌های کشاورزی در کشور، کشاورزی بازرگانی محسوب می‌شود. این شیوه کشاورزی به احتساب داشتن منابع طبیعی و حیاتی در محیط زیست کشاورزی و بهره‌برداری بهتر از منابع طبیعی، باید توجه بگیریم.
گزارش حاکمی از شیب نوار مغزی ازبیایی کند. اکثر از کردته در 22 مدل اظهارگردن کم و دچارت در کل که خواب به استحکام مربوط به 2/6 ساعت در 24 ساعت و 3/9 ساعت بوده است. پژوهش مشابهی توسط "اورل و مکوئست" 109 نشان داد که میانگین زمان کل خواب در 28 ساعت به اساسی نیاز به 2/6 ساعت بوده است. این دو پژوهش با سایر پژوهش‌های انجام یافته مطابقت دارد.

روش‌های دیگر برای بررسی عوامل و شدت آشفتگی خواب در بیماران با حالت عصبی مغزی نشان داد که میانگین زمان کل خواب 79 درصد از مورد یافته می‌باشد. پژوهش "کامین سنیوسم" انگلستان نشان می‌دهد که از 699 بیمار مصاحبه شده، 77 درصد دنیه آشفتگی خواب در شب بوده‌اند.

مورفی و همکاران، خواب 93 بیمار جراحی شده را توسط یک پرسشنامه مطالعه کردند در مراقبه‌ی دوره حمایت قبل و بعد از عمل درمان‌های مختلف به یک مجموعه بررسی می‌پردازند.

کاهش محسوسی را در 65 درصد و عناوین کاهشی که پیش از این کاهش ناشی از اثر بیماری، و در دستورالعمل حاکمیت از دود بیماری درمانی، و در علائم از بیماری، و محرک می‌کردن که با توجه به سبزی و همکاران، خواب 33 بیمار جراحی شده را توسط یک پرسشنامه مطالعه کردند در مراقبه‌ی دوره حمایت قبل و بعد از عمل درمان‌های مختلف به یک مجموعه بررسی می‌پردازند.

کاهش محسوسی را در 65 درصد و عناوین کاهشی که پیش از این کاهش ناشی از اثر بیماری، و در دستورالعمل حاکمیت از دود بیماری درمانی، و در علائم از بیماری، و محرک می‌کردن که با توجه به سبزی و همکاران، خواب 33 بیمار جراحی شده را توسط یک پرسشنامه مطالعه کردند در مراقبه‌ی دوره حمایت قبل و بعد از عمل درمان‌های مختلف به یک مجموعه بررسی می‌پردازند.

کاهش محسوسی را در 65 درصد و عناوین کاهشی که پیش از این کاهش ناشی از اثر بیماری، و در دستورالعمل حاکمیت از دود بیماری درمانی، و در علائم از بیماری، و محرک می‌کردن که با توجه به سبزی و همکاران، خواب 33 بیمار جراحی شده را توسط یک پرسشنامه مطالعه کردند در مراقبه‌ی دوره حمایت قبل و بعد از عمل درمان‌های مختلف به یک مجموعه بررسی می‌پردازند.
می‌توانند از الگوی طبیعی خواب در منزل پرویز کنند. انظار مزود که به‌عنوان شرايطی
باشد بیشتر و تسرعی به‌هدهی
شود. لذا از روش‌های طرح‌های تداوی
پرستاری برای رسدین به آن بسیار
از شرفت است.

1 - Rhythm 23 - Growth Hormon 46 - Vitiello
2 - Cycle 24 - Adamson 47 - Caffein
3 - Stresses 25 - Physiologic 48 - Cola
4 - Electroencephalogram 26 - Rechtschaffen 49 - Biochemical
5 - Rapideye Movement 27 - Confusion 50 - Circadian rhythmicity
6 - Non Rapid Eye Movement (REM) 28 - Delusion 51 - Winget
7 - Slow Wave Sleep (S.W.S) 29 - Paranoia 52 - Hypothermia
8 - Genetic 30 - Hartman 53 - Selye
9 - Strategy 31 - Coronary Care 54 - White
10 - Horne 32 - Mcghie 55 - Hypoxic
11 - Oswald 33 - Russell 56 - Loffe
12 - Synthesis 34 - Webb & Swin burne 57 - Muzet
13 - Valk 35 - Routine 58 - Kendel
14 - Vanden Bosch 36 - Zepelin 59 - Schmidt-Kessen
15 - Mitoses 37 - Wever 60 - Haskell
16 - Anabolism 38 - Noradrenaline 61 - Zulley
17 - Anabolic 39 - Sympathetic 62 - Schulz
18 - Catabolic 40 - MonoAmino Oxidase 63 - Paracetamol
19 - Cortisol 41 - 5-Hydroxy Trypta – mine 64 - Partinen
20 - Glucagon 42 - Tryptophan 65 - Narcolepsy
21 - Catecholamines 43 - Yogman & Zeisel 66 - Idiopathic
22 - Adenosintriphosphate 45 - Mojia 67 - Walker
70 - Wilkinson
71 - Fabi Jan
72 - Gosselin
73 - Morgan
74 - White
75 - Hiltons
76 - Aurell & Elmquist
77 - The Royal Commission Survey
78 - Murphy
79 - Carter
80 - Low Dependancy
81 - Dodds
82 - Stead
83 - Bailey

Patient Sleep- wake rhythms in hospital

Translation and summarization by: Tootoonchi Mina

1. MSN in medical surgical Nursing

Abstract: for most people iterance to hospital is a disturbing experience and expects that nurses be sensitive to patient's physical, emotional and social need at admission. Whereas interrupt of sleep due to physical, psychological and social status damage, knowing about effective mechanisms in retention and disturbance of sleep – wake cycles help nurses to make natural criteria for their patient's sleep.

This article is review literature about sleep- wake cycles, sleeps function, source and factors affecting on normal sleep- wake cycles improvement or factors that due to disturbance in normal cycle in patient's hospitalization period.

Key words: sleep, sleep-wake rhythm, hospitalization